

## UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

### POUCZENIE co do sposobu wypełniania oferty:

Ofertę należy wypełnić wyłącznie w białych pustych polach, zgodnie z instrukcjami umieszczonymi przy poszczególnych polach lub w przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np. "pobieranie\*/niepobieranie\*" oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź i pozostawić prawidłową. Przykład: "pobieranie\*/niepobieranie\*".

### I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

<b>1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta</b>	Prezydent Miasta Szczecin
<b>2. Rodzaj zadania publicznego<sup>1)</sup></b>	17) wspieranie i upowszechnianie kultury fizycznej

### II. Dane oferenta(-tów)

<b>1. Nazwa oferenta(-tów), forma prawna, numer w Krajowym Rejestrze Sądowym lub innej ewidencji, adres siedziby, strona www, adres do korespondencji, adres e-mail, numer telefonu</b>	
Nazwa: Szczeciński Klub Sportów Walki Garda,	
<b>2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)</b>	

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

<b>1. Tytuł zadania publicznego</b>	"Wiosna na macie"			
<b>2. Termin realizacji zadania<sup>2)</sup></b>	Data rozpoczęcia	01.04.2025	Data zakończenia	30.04.2025

<b>3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)</b>
---

## Opis zadania

Współczesne badania jednoznacznie wskazują na alarmująco niski poziom aktywności fizycznej wśród dzieci i młodzieży w Polsce. Według raportu „Aktywność fizyczna dzieci i młodzieży w Polsce” (2022), jedynie 20% nastolatków w wieku 11–15 lat spełnia zalecenia Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) dotyczące co najmniej 60 minut codziennej aktywności fizycznej o umiarkowanej lub intensywnej intensywności. Co więcej, poziom aktywności spada wraz z wiekiem – w grupie piętnastolatków wymagany poziom ruchu osiąga już tylko 15% młodzieży.

Podobne wnioski płyną z raportu Najwyższej Izby Kontroli (NIK) z 2020 roku, który wykazał, że w 2017 roku jedynie 12% uczniów uczestniczących w Programie Szkolny Klub Sportowy realizowało zalecany przez WHO poziom aktywności fizycznej. W 2018 roku wskaźnik ten wzrósł jedynie nieznacznie, do 13%. Dane te wskazują na pilną potrzebę podejmowania działań mających na celu zwiększenie aktywności ruchowej wśród młodego pokolenia.

W odpowiedzi na ten problem powstała inicjatywa „Wiosna na macie”, której celem jest promocja aktywności fizycznej oraz popularyzacja brazylijskiego jiu-jitsu wśród dzieci, młodzieży i dorosłych. Projekt zostanie zrealizowany w dniach 1–30 kwietnia, obejmując 12 bezpłatnych treningów, trwających po 2 godziny każdy. Uczestnicy będą mieli okazję rozwijać swoją sprawność fizyczną, uczyć się podstawowych technik walki i samoobrony, a także budować pewność siebie oraz samodyscyplinę poprzez regularny udział w zajęciach sportowych.

Grupa treningowa obejmie około 30 osób, co pozwoli na indywidualne podejście do każdego uczestnika, niezależnie od poziomu zaawansowania. Zajęcia będą prowadzone przez doświadczonych instruktorów, którzy w profesjonalny sposób wprowadzą uczestników w techniki i filozofię brazylijskiego jiu-jitsu.

Treningi odbędą się w trzech lokalizacjach:

Sala sportowa przy ul. Michała Kmiecika 25,

BT Gym, ul. Kwiatkowskiego 1/51,

Kwatera Główna Wielonarodowego Korpusu Północ-Wschód, ul. Łukasińskiego 33.

Uczestnicy będą mieli okazję rozwijać swoje umiejętności sportowe w bezpiecznych warunkach, w przyjaznej atmosferze sprzyjającej nauce, integracji oraz poprawie sprawności fizycznej.

Cele zadania:

Promowanie aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia

Zachęcenie do regularnego uprawiania sportu jako elementu dbania o kondycję i zdrowie,

Wyrabianie nawyków systematycznego treningu i aktywnego spędzania czasu,

Uświadomienie korzyści płynących z ruchu, w tym poprawy wydolności, siły i elastyczności ciała.

Popularyzacja brazylijskiego jiu-jitsu jako dyscypliny sportowej

Przekazanie uczestnikom podstawowych zasad i technik brazylijskiego jiu-jitsu,

Wprowadzenie w filozofię tego sportu, obejmującą wartości takie jak szacunek, cierpliwość i samodyscyplina,

Zachęcenie do dalszego rozwoju w tej dyscyplinie i kontynuacji treningów po zakończeniu projektu.

Rozwój sprawności fizycznej i psychicznej uczestników

Poprawa siły, wytrzymałości, gibkości i koordynacji ruchowej,

Nauka kontrolowania oddechu i efektywnego wykorzystywania energii podczas wysiłku,

Kształtowanie umiejętności koncentracji, wytrwałości i samodyscypliny.

Budowanie pewności siebie oraz rozwój umiejętności samoobrony  
Nauka skutecznych technik obrony w sytuacjach zagrożenia,  
Kształtowanie umiejętności reagowania w sytuacjach stresowych,  
Podniesienie poczucia bezpieczeństwa i świadomości własnych możliwości.

Integracja społeczna i budowanie relacji międzyludzkich  
Stworzenie przyjaznej i wspierającej atmosfery sprzyjającej współpracy,  
Możliwość nawiązania nowych znajomości i budowania pozytywnych relacji,  
Przełamywanie barier międzypokoleniowych poprzez wspólny trening dzieci, młodzieży i dorosłych.

Wpływ na uczestników

Projekt "Wiosna na macie" wpłynie pozytywnie na uczestników zarówno pod względem fizycznym, jak i mentalnym. Regularny udział w treningach pomoże poprawić kondycję, zdrowie i ogólną sprawność fizyczną, a także przyczyni się do wzrostu samodyscypliny, pewności siebie i umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach.

Korzyści fizyczne:

Poprawa siły, gibkości, wytrzymałości oraz koordynacji ruchowej,  
Lepsza kontrola ciała i nauka efektywnego poruszania się na macie,  
Wzmocnienie mięśni posturalnych, co może zapobiegać bólom pleców i kontuzjom,  
Rozwinięcie zdolności motorycznych oraz zwiększenie świadomości własnego ciała.

Korzyści psychiczne i emocjonalne

Budowanie pewności siebie poprzez osiąganie kolejnych celów i przełamywanie własnych ograniczeń,  
Redukcja stresu i napięcia emocjonalnego dzięki aktywności fizycznej,  
Nauka kontroli emocji i radzenia sobie w sytuacjach presji,  
Kształtowanie cierpliwości i samodyscypliny poprzez regularny trening.

Korzyści społeczne

Możliwość nawiązania nowych znajomości i budowania pozytywnych relacji,  
Współpraca z innymi uczestnikami, co rozwija umiejętności komunikacyjne i ducha zespołu,  
Nauka szacunku do trenerów, partnerów treningowych oraz zasad panujących na macie.

W ramach inicjatywy „Wiosna na macie” promujemy równość w sporcie, dlatego nasze wydarzenie jest otwarte dla wszystkich chętnych, niezależnie od statusu materialnego, pochodzenia czy doświadczenia sportowego. Wierzymy, że aktywność fizyczna powinna być dostępna dla każdego, dlatego udział w zajęciach jest całkowicie bezpłatny.

Jesteśmy również otwarci na osoby z niepełnosprawnościami, dostosowując treningi do ich indywidualnych możliwości i potrzeb. Naszym celem jest stworzenie przyjaznej i integracyjnej przestrzeni, w której każdy uczestnik będzie mógł rozwijać swoje umiejętności, czerpać radość z ruchu i budować pewność siebie.

Projekt „Wiosna na macie” to inicjatywa, która realnie przyczyni się do poprawy aktywności fizycznej wśród dzieci, młodzieży i dorosłych, odpowiadając na alarmujące statystyki dotyczące niskiego poziomu ruchu w społeczeństwie. Poprzez bezpłatne zajęcia brazylijskiego jiu-jitsu,

uczestnicy nie tylko poprawią swoją kondycję fizyczną, ale również zdobędą umiejętności samoobrony, zwiększą pewność siebie i nauczą się wartości takich jak samodyscyplina, szacunek i wytrwałość.

Nasza inicjatywa stawia na równość i integrację, dlatego treningi są otwarte dla wszystkich chętnych, niezależnie od wieku, statusu materialnego czy poziomu zaawansowania. Zapewniamy również możliwość uczestnictwa osobom z niepełnosprawnościami, dostosowując zajęcia do ich potrzeb. Dzięki temu każdy, kto chce spróbować swoich sił w tej niezwyklej dyscyplinie, otrzyma szansę na aktywny rozwój i zdrowy styl życia.

Jesteśmy przekonani, że realizacja projektu przyniesie wymierne korzyści społeczne i zdrowotne, przyczyniając się do popularyzacji sportu, aktywnego trybu życia i integracji międzypokoleniowej. Dzięki profesjonalnym trenerom, odpowiednim warunkom treningowym i zaangażowaniu uczestników, „Wiosna na macie” stanie się inspirującym wydarzeniem, które zachęci do długofalowej aktywności fizycznej i sportowego rozwoju.

Wsparcie tego projektu to inwestycja w zdrowie, bezpieczeństwo i rozwój społeczny – wartości, które mają fundamentalne znaczenie dla przyszłości naszego społeczeństwa. Wierzmy, że nasze przedsięwzięcie przyczyni się do budowania aktywnej, świadomej i zmotywowanej społeczności.

### **Miejsce realizacji**

Miejsca realizacji projektu „Wiosna na macie”:

Sala sportowa – ul. Michała Kmiecika 25

BT Gym – ul. Kwiatkowskiego 1/51

Kwatera Główna Wielonarodowego Korpusu Północ-Wschód – ul. Łukasińskiego 33

#### **4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego**

<b>Nazwa rezultatu</b>	<b>Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)</b>	<b>Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika</b>
Liczba treningów	12	Harmonogram przeprowadzonych treningów, Fotorelacja
Liczba uczestników	30	Lista uczestników

#### **5. Krótka charakterystyka Oferenta, jego doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie oraz zasobów, które będą wykorzystywane w realizacji zadania.**

## **Charakterystyka oferenta**

Działania związane z realizacją tego zadania obejmują szeroki zakres aktywności, które doskonale wpisują się w cele statutowe naszego klubu, koncentrując się na sportowym szkoleniu osób dorosłych i młodzieży oraz propagowaniu kultury fizycznej i sportu. Nasza inicjatywa nie tylko stawia sobie za cel osiągnięcie najwyższego poziomu sportowego poprzez oferowanie wysokiej jakości zajęć sportów walki dla różnych grup wiekowych, ale także integruje proces szkolenia z wartościami wychowawczymi. Kładziemy nacisk na rozwój osobisty i społeczny uczestników.

Poprzez nasze działania promujemy aktywność fizyczną i sport, co przyczynia się do upowszechniania kultury fizycznej oraz budowania zdrowego stylu życia w społeczności lokalnej. Nasze konkretne działania mogą obejmować:

Organizację regularnych treningów i zajęć sportów walki dla osób dorosłych i młodzieży, z wysoko wykwalifikowanymi instruktorami.

Organizowanie turniejów, zawodów oraz wydarzeń sportowych, które angażują różne grupy wiekowe i promują aktywność fizyczną.

Udział w lokalnych imprezach społecznościowych i eventach, podczas których możemy prezentować nasze zajęcia i promować kulturę fizyczną.

Współpraca z lokalnymi szkołami i instytucjami edukacyjnymi w celu propagowania zdrowego stylu życia oraz integracji wartości sportowych w procesie edukacji.

Organizacja seminariów, wykładów i warsztatów dotyczących zdrowia, sportu oraz aspektów wychowawczych związanych z praktyką sportów walki.

Tworzenie programów rozwoju osobistego i społecznego dla uczestników naszych zajęć, które wykraczają poza aspekty czysto sportowe.

Aktywne uczestnictwo w kampaniach społecznych promujących zdrowy tryb życia, aktywność fizyczną oraz walkę ze stereotypami związanymi ze sportami walki.

Stałe monitorowanie postępów uczestników, aby dostosować nasze programy szkoleniowe do ich potrzeb i celów.

Te działania nie tylko realizują cele statutowe naszego klubu, ale także przyczyniają się do budowania silnej społeczności opartej na wartościach sportowych i zdrowego stylu życia.

Posiadamy opracowane i wdrożone standardy ochrony małoletnich.

## **Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie**

Nasz klub ma bogate doświadczenie w realizacji działań, które proponujemy w ramach oferty. Specjalizujemy się głównie w prowadzeniu wysokiej jakości zajęć sportowych zarówno dla osób dorosłych, jak i młodzieży. Nasz zespół instruktorów i trenerów to nie tylko osoby z solidnym wykształceniem w dziedzinie sportu, ale również posiadające wieloletnie praktyczne doświadczenie w nauczaniu i trenowaniu. Dzięki temu możemy zagwarantować naszym uczestnikom profesjonalne i efektywne szkolenie, które wspiera rozwój fizyczny, techniczny i psychiczny każdego z nich.

Ponadto, nasze dotychczasowe projekty i inicjatywy świadczą o naszym zaangażowaniu w promocję kultury fizycznej i sportu w społeczności lokalnej. Uważamy to za niezwykle istotne i traktujemy jako solidną podstawę dla naszych planów na przyszłość. Nasza działalność nie ogranicza się jedynie do prowadzenia zajęć, ale również angażujemy się w różnego rodzaju wydarzenia społeczne, turnieje czy akcje charytatywne, aby jeszcze bardziej integrować społeczność lokalną poprzez sport.

## Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

W realizacji zadania wykorzystywane będą różnorodne zasoby, zapewniające sprawną organizację i wysoką jakość zajęć:

1. Obiekty sportowe: Korzystać będziemy z odpowiednio wyposażonych sal treningowych lub sal gimnastycznych, zapewniających bezpieczne warunki do praktykowania sportów walki.
2. Sprzęt treningowy: Posiadamy profesjonalny sprzęt treningowy niezbędny do przeprowadzenia skutecznych i bezpiecznych zajęć, włączając w to maty, worki treningowe, ochraniacze oraz pozostałe niezbędne akcesoria.
3. Materiały edukacyjne: Opracujemy materiały dydaktyczne wspierające proces nauczania i uczenia się, które będą dostosowane do różnych grup wiekowych i poziomów zaawansowania.
4. Personel trenerski: Do dyspozycji uczestników będą dwaj doświadczeni trenerzy, którzy zapewnią profesjonalne i skuteczne prowadzenie zajęć oraz indywidualne wsparcie dla każdego uczestnika.
5. Wsparcie wolontariuszy: Włączenie wolontariuszy umożliwi skuteczniejszą organizację i przebieg zajęć, zapewniając dodatkową pomoc w obsłudze uczestników oraz przygotowaniu sali treningowej.
6. Promocja i marketing: Wykorzystamy różnorodne kanały komunikacji, takie jak plakaty, ulotki, media społecznościowe oraz strony internetowe, aby dotrzeć do jak największej liczby mieszkańców Szczecina i zachęcić ich do udziału w zajęciach.

Dzięki odpowiedniemu wykorzystaniu tych zasobów będziemy w stanie efektywnie realizować zadanie i zapewnić wysoką jakość oferowanych zajęć.

## 6. Opis sposobu zapewnienia dostępności architektonicznej, cyfrowej oraz informacyjno-komunikacyjnej, zgodnie z wymaganiami o których mowa w art. 6 ustawy z dnia 19 lipca 2019 r. o poprawie zapewniania dostępności dla osób ze szczególnymi potrzebami.

Zapewniamy dostępność dla naszych podopiecznych w zakresie:

- 1) dostępności architektonicznej:
  - a) budynki są wolne od barier poziomych i pionowych przestrzeni komunikacyjnych,
  - b) wstępu do budynku, gdzie realizowane jest zadanie publiczne, osobie korzystającej z psa asystującego,
  - d) osobom ze szczególnymi potrzebami możliwości ewakuacji lub uratowania w inny sposób z miejsca gdzie realizowane jest zadanie publiczne;
- 2) w obszarze dostępności cyfrowej - strona internetowa lub aplikacja mobilna wykorzystywana do realizacji lub promocji zadania publicznego powinna być dostępna cyfrowo poprzez zapewnienie jej funkcjonalności, kompatybilności, postrzegalności i zrozumiałości poprzez spełnienie wymagań określonych w załączniku do ustawy o dostępności cyfrowych stron internetowych i aplikacji mobilnych;
- 3) zgodnie z art. 7 ust. 1 ustawy o zapewnieniu dostępności:
  - a) zapewnienie osobie ze szczególnymi potrzebami wsparcia innej osoby,

- b) zapewnienie wsparcia technicznego osobie ze szczególnymi potrzebami, w tym z wykorzystaniem nowoczesnych technologii,
- c) wprowadzeniu takiej organizacji podmiotu publicznego, która umożliwi realizację potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami, w niezbędnym zakresie dla tych osób.

Oferent przy realizacji zadania publicznego odpowiedzialny jest za uwzględnienie minimalnych wymagań służących zapewnieniu dostępności określonych w artykule 6 ustawy z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami. Wydatki związane z zapewnianiem dostępności przy realizacji planowanych działań mogą być uwzględnione w kosztorysie zadania.

#### IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie trenerów: 2 os x 24 h x 120 zł = 5760 zł	5 760,00		
2.	Wynajem sali: 24 h x 155 zł = 3720 zł	3 720,00		
3.	Wolontariusze: 2 os x 35 zł x 24 h = 1680 zł	1 680,00		
4.	Woda dla uczestników: 520 zł	520,00		
<b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b>		<b>11 680,00</b>	<b>10 000,00</b>	<b>1 680,00</b>

## V. Oświadczenia

Oświadczam(y), że:

- 1) proponowane zadanie publiczne będzie realizowane wyłącznie w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta(-tów);
- 2) pobieranie świadczeń pieniężnych będzie się odbywać wyłącznie w ramach prowadzonej odpłatnej działalności pożytku publicznego;
- 3) oferent\* / oferenci\* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ją)\* / zalega(-ją)\* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
- 4) oferent\* / oferenci\* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ją)\* / zalega(-ją)\* z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne;
- 5) dane zawarte w części II niniejszej oferty są zgodne z Krajowym Rejestrem Sądowym\* / inną właściwą ewidencją\* ;
- 6) wszystkie informacje podane w ofercie oraz załącznikach są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym;
- 7) w zakresie związanym ze składaniem ofert, w tym z gromadzeniem, przetwarzaniem i przekazywaniem danych osobowych, a także wprowadzaniem ich do systemów informatycznych, osoby, których dotyczą te dane, złożyły stosowne oświadczenia zgodnie z przepisami o ochronie danych osobowych.

.....

....

.....

....

.....

....

(podpis osoby  
upoważnionej  
lub podpisy osób  
upoważnionych  
do składania oświadczeń  
woli  
w imieniu oferenta)

Data.....

Załączniki:

1. Oświadczenie do umowy (*fakultatywny - złożony elektronicznie*)
2. Dodatkowy załącznik (np. pełnomocnictwo, upoważnienie) (*fakultatywny*)

<sup>1)</sup> Rodzaj zadania zawiera się w zakresie zadań określonych w art. 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. z 2018 r. poz. 450, z późn. zm.).

<sup>2)</sup> Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.